

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lanjut usia merupakan penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun keatas (Nugroho, 2008). Pada tahun 2010 penduduk lanjut usia di dunia mencapai 9,77 % dan pada tahun 2020 diperkirakan 11,34 % atau 28,8 juta jiwa (Riskesdas, 2010). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2014, jumlah lanjut usia di Indonesia sebanyak 20,24 % atau 8,3 % dari seluruh provinsi. Dari jumlah tersebut menunjukkan jumlah lanjut usia wanita sebanyak 10,77 juta jiwa dan lanjut usia pria sebanyak 9,47 juta jiwa (BPS, 2014). Indonesia adalah salah satu negara yang penduduk lanjut usianya bertambah cepat di kawasan Asia Tenggara (Versayanti, 2008).

Berdasarkan data serta informasi dari Kemenkes RI tahun 2015, Provinsi Jawa Tengah menempati urutan kedua terbesar setelah Provinsi Yogyakarta dengan presentase lanjut usia sebesar 11,8 %. Di Provinsi Jawa Tengah, penduduk lanjut usia yang berusia diatas 60 tahun terus mengalami peningkatan. Pada tahun 2017 jumlah lanjut usia di Provinsi Jawa Tengah sebesar 5.914.161 jiwa (BPS, 2017). Di kota Surakarta lansia berjumlah 50.747 jiwa (BPS kota Surakarta, 2015).

Lanjut usia bukan merupakan suatu penyakit, melainkan tahap lanjutan dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi terhadap stress lingkungan.

Umumnya tanda-tanda dari proses menua nampak terlihat sejak usia 45 tahun dan akan timbul masalah pada usia sekitar 60 tahun (Budi, 2012). Lanjut usia adalah kelompok umur yang sangat berisiko mengalami gangguan keseimbangan postural, hal ini dikarenakan adanya kemunduran atau perubahan morfologis pada otot sehingga menyebabkan perubahan fungsional otot, yaitu terjadinya elastisitas dan fleksibilitas otot, penurunan kekuatan dan kontraksi otot. Penurunan dan kekuatan otot mengakibatkan penurunan kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan postural atau tubuh lanjut usia (Kusnanto dkk, 2007). Keadaan seimbang jika pusat berat tubuh ada pada bidang tumpu. Keadaan setimbang dibutuhkan pada masa istirahat dan bergerak (Budi, 2012).

Perubahan fisik pada lanjut usia sangat berpengaruh dengan kesehatan lansia salah satunya yaitu menurunnya kekuatan otot pada lanjut usia. Kekuatan otot adalah salah satu variabel yang penting dalam pemeriksaan dan evaluasi kebugaran fisik. Kekuatan otot dipengaruhi oleh rangsangan saraf, besar *recruitment*, peregangan, dan jenis tipe atau tipe jaringan otot itu sendiri, tipe kontraksi otot, tipe serabut otot, simpanan energi dan suplai darah, kecepatan kontraksi, ukuran diameter otot, motivasi orang yang bersangkutan, dan status gizi seseorang. Status gizi didalam tubuh manusia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang diantaranya persen lemak dalam tubuh, Indeks Massa Tubuh (IMT) (Ade, 2014).

IMT merupakan petunjuk untuk menentukan kelebihan berat badan berdasarkan *indeks qualetet* (berat badan dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter kg/m^2). IMT menjadi cara termudah dalam memperkirakan obesitas serta berkorelasi tinggi dengan massa indeks massa lemak tubuh, selain itu penting juga untuk mengidentifikasi pasien obesitas yang mempunyai resiko komplikasi medis (Pudjiadi, *et al*, 2010). Kriteria status gizi terhadap orang dewasa di kawasan Asia menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2000 dibagi dalam beberapa kelompok Indeks Massa Tubuh (IMT), diantaranya *underweigh* $t < 18,5$, *normoweight* 18,5-22,9, *overweight* ≥ 23 , *pre-obese* 23,0-24,9, *obese I* 25,0-29,9, *obese II* $\geq 30,0 \text{ kg/m}^2$.

Perubahan Indeks Massa Tubuh dapat terjadi pada berbagai kelompok usia dan jenis kelamin. Indeks Massa Tubuh yang normal sangat diperlukan oleh semua orang untuk mempermudah melakukan aktivitas sehari-hari dan menghindari terjadinya penyakit (Gita, 2015). Perubahan Indeks Massa Tubuh berpengaruh pada penurunan tonus otot. Tonus otot merupakan ketegangan pada suatu otot dalam keadaan istirahat (Dewi, 2014).

Penurunan kekuatan otot serta meningkatnya massa tubuh akan mengakibatkan masalah keseimbangan tubuh saat berdiri tegak maupun berjalan, dan masalah kardiovaskuler. Massa otot yang rendah juga dapat menyebabkan kegagalan biomekanik dari respon otot serta hilangnya mekanisme keseimbangan tubuh (Gita, 2015).

Berdasarkan data dari Kelurahan Karangasem Kecamatan Laweyan terdapat 1.555 lansia berusia 60 tahun keatas tercatat sampai bulan Mei 2018. Pada bulan Mei 2018 lanjut usia yang aktif mengikuti posyandu lansia sebanyak 414 lansia.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “ Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Keseimbangan Statis Pada Lanjut Usia Di Kelurahan Karangasem Kecamatan Laweyan Surakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan keseimbangan statis pada lanjut usia di Kelurahan Karangasem Kecamatan Laweyan Surakarta ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan

a. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh dengan keseimbangan statis pada lanjut usia di Kelurahan Karangasem Kecamatan Laweyan Surakarta”

b. Tujuan Khusus

a) Untuk mengetahui indeks massa tubuh lanjut usia di Kelurahan Karangasem Kecamatan Laweyan Surakarta

- b) Untuk mengetahui keadaan keseimbangan statis lanjut usia di Kelurahan Karangasem Kecamatan Laweyan Surakarta
- c) Untuk mengetahui pengaruh indeks massa tubuh terhadap keseimbangan statis lanjut usia di Kelurahan Karangasem Kecamatan Laweyan Surakarta

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan informasi tentang ilmu pengetahuan kesehatan khususnya di bidang fisioterapi.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah referensi pendukung bagi mahasiswa yang membutuhkan informasi tentang hubungan antara indeks massa tubuh dengan keseimbangan statis pada lansia.